№. 37. Warszawa 14 Września 1907 r. Rok 2.

Warunki prenumeraty: w Warszawie: rocznie Rb. 4, półrocznie Rb. 2, kwartalnie Rb. 1. W Królestwie i Cesarstwie: rocznie Rb. 5. półrocznie Rb. 2.50, kwartalnie Rb. 1.25. Zagranicą rocznie Rb. 6. Za odnoszenie do domu dopł. się miesięcznie k. 5. Zmiana adresu 20 kop.

KOSMETYKA

Cena ogłoszeń: Za wiersz petitowy jednoszpaltowy lub jego miejsce: Na 1 stronicy okładki 30 kop. Na innych stronicach 20 kop. Nadesłane (w tekście) 75 kop.

Numer pojedyńczy kosztuje 10 kop.

Tygodnik poświęcony racjonalnej kosmetyce, estetyce ciała i perfumerji.

Wychodzi w każdą Sobotę.

Adres Redakcji i Administracji **Senatorska 36. Telefon 40.29.** Administracja otwarta codziennie od 11—3 prócz niedziel i świąt.

Redaktor przyjmuje tylko w Niedziele od 12—2. Rękopisów i listów nadsyłanych do Redakcji nie zwraca się.

Prenumerata „Kosmetyki" w Galicji wynosi: rocznie koron 15, półrocznie kor. 7.50 hal. kwartalnie kor. 3.75 hal.

Główne zastępstwo na Galicję w księgarni G. Gebethnera i Spółki w Krakowie.

Główne zastępstwo na Francję, Belgję i Niemcy: Société Générale de Publicité, Paryż, 12 Boulevard de Strasbourg.

Pielęgnowanie urody.

Rozwój biustu.

II.

(Dalszy ciąg).

Przy kuracji tuczenia ważną rolę odgrywają napoje wyskokowe: piwo, wino, koniak.

Dobre piwo jest napojem orzeźwiającym, gasi pragnienie, podobnie jak i woda, nie pobudza do picia i nie sprowadza obfitych potów, dzięki pierwiastkom ściągającym, jakie w sobie zawiera. Piwo pobudza apetyt, sprowadza przybytek wagi i ciała, jest więc w całem tego słowa znaczeniu pożywnem i powinno być zalecanem, lecz z pewnemi zastrzeżeniami: należy pić piwo dobre, niezafałszowane, t. j. przyrządzone z chmielu lub jęczmienia, a nie z cukru mączkowego z dodatkiem kwasu salicylowego, jak to czynią niektórzy niesumienni fabrykanci. Dobre piwo zawiera w sobie wodę, wyskok, cukier, substancye azotowe, tłuszcz, sole i dodatki aromatyczne. Najlepsze są piwa angielskie *oryginalne*, bogate w chmiel, gorzkawe, zawierające mało wyskoku i dobrze się przechowujące.

Piwa niemieckie są również pożywne, francuzkich natomiast nie należy pijać, gdyż łatwo gorzkną i są mało pożywne. Istnieją również t. zw. ekstrakty słodowe i piwa *lecznicze*, przygotowane z piwa zwyczajnego z dodatkiem różnych wyciągów leczniczych.

Napoje te jednak celowi swemu bardzo mało odpowiadają, a że są zazwyczaj drogie, więc nie zasługują na uwzględnienie.

Rozumie się samo przez się, iż piwo należy pijać w ilościach umiarkowanych, w przeciwnym bowiem razie skutki bywają nieraz bardzo opłakane; wystarcza w ciagu dnia 1—2 szklanki; osoby cierpiące na bóle żołądkowe powinny wyrzec się piwa, albowiem ono pobudza nerwy tego narządu.

Wino zarówno jak piwo zasługuje na uwagę przy kuracji tuczenia, gdyż zmniejsza użycie produktów materji i w pewnej mierze przyczynia się do regeneracji komórek. Wino powinno być niezbyt mocne, t. j. nie zawierać zbyt wiele alkoholu; koniak ma znaczenie jako środek leczniczy, zwłaszcza w tych przypadkach, gdy chodzi o wzmocnienie sił ustroju, naprz. w blednicy i niedokrwistości. Nie należy go jednak nadużywać.

Wogóle wszelkie napoje wyskokowe przy kuracji tuczenia, o ile są stosowane w odpowiedniej ilości, mogą mieć pewne znaczenie.

Poniższy przepis dzienny może służyć jako wzór przy kuracji tuczenia.

Godzina 7—8 rano:

(1 śniadanie)

Kakao lub kawa mleczna, 1—2 szklanki mleka i bułeczka.

Godzina 10 rano:

(2 śniadanie)

Chleb z masłem i mleko.

Godzina 1—2:

(obiad)

Zupa, mięso, legumina, kompot; jako napój szklanka piwa lub kieliszek wina.

Godzina 4—5:

(podwieczorek)

1—2 szklanki mleka i chleb z masłem lub miodem.

Godzina 7—8:

(kolacja)

Zupa mleczna z kartoflami lub jajka; chleb z masłem, szynka.

Godzina 9:

mleko (1 szklanka).

Widzimy z powyższego, iż herbata jest zupełnie wykluczoną z menu, gdyż jest ona mało pożywną a bardzo pobudzającą, często sprowadza bezsenność a u osób dotkniętych blednicą, małokrwistością lub neurastenią — prócz tego powoduje kołatanie serca i drżenie w członkach.

Co się tyczy ciastek, cukierków i czekolady — to mogą być one spożywane w dowolnej ilości — o ile znosi je dobrze żołądek.

Wskaźnikiem, kontrolującym postępy kuracji tuczącej, powinien być systematyczny przyrost na wadze.

Gdy ciało przybiera na wadze—jestto najlepszą oznaką dodatniego działania kuracji, t. j. zwiększania się podściółki tłuszczowej, która w następstwie modelować będzie harmonijnie kształty ciała a biustowi nada pięknie rozwinięte linie.

Taką jest kuracja tucząca ściśle dyetetyczna. Co się tyczy środków dodatkowych, jak: tran, żelazo, arszenik — to mają one swoje ściśle wskazania lecznicze i jako par excellence leki nie mogą być stosowane bez porady i kontroli lekarza, to też wszelkie pigułki, zawierające arszenik i żelazo, jak naprz. *Pillules orientales*, pigułki *Pink*, *Blauda*, *Blancarda* może

ordynować jedynie lekarz, o ile uzna to za niezbędne.

Co się tyczy różnych sztucznych odżywczych preparatów to niektóre z nich posiadają dużą wartość odżywczą. Dzięki swemu lekkiemu przyswajaniu, przyjemnemu smakowi i wysokiej zawartości białka w postaci łatwo strawnej są one w niektórych przypadkach wprost nieocenione. Bardzo często pod ich wpływem polepsza się apetyt, następuje szybki przyrost na wadze, i kształty ślicznie się zaokrąglają.

Preparatów takich obecnie dużo obiega w handlu; obok zagranicznych mamy krajowe; te ostatnie są stosunkowo jeszcze mało wypróbowane i nie mogą konkurować z zagranicznemi, które zdobyły już sobie niejako prawo obywatelstwa.

O jednym z tych preparatów, a mianowicie o mączce *Nestle'a* pomówię szczegółowo w następnym numerze.

Dr. St. S.
(*D. c. n*)

Dr. Luster — Kraków.

Rozwój pięknych kształtów ciała przy pomocy niektórych sportów i zabaw hygienicznych.

Musimy się niestety z faktem pogodzić, iż zbliżamy się do zupełnej degeneracyi fizycznej, dzięki coraz intenzywniejszej pracy umysłowej, przy zupełnem zaniedbaniu pielęgnowania zdrowia. Owe piękne typy kobiet, jakie wydał świat Hellenów, zaginęły w starej, „cywilizowanej“ Europie bezpowrotnie, a ich miejsce zajęły kobiety „secesyjne“.

Inaczej ma się rzecz w Anglii i Ameryce, gdzie zrozumiano, że pielęgnowanie ciała, zgodne z przepisami hygieny, stanowi potężny czynnik, utrzymujący i uszlachetniający urodę.

Nic więc dziwnego, jeśli amerykanki zbliżyły się do idealnego typu kobiecego, jeśli zdrowa karnacya ich skóry, bujność włosów i wspaniale utoczone kształty ciała dopełniają się wzajemnie w harmonijnym całokształcie piękności.

Mało komu może wiadomo, że w Ameryce oddają matki swe córki do specyalnych pensyonatów, których celem właściwym jest rozwój pięknych kształtów ciała i zapobieganie skłonnościom do zniekształceń. Pojęły zatem trafnie, iż p o d s t a w ą e m a n c y p a c y i k o b i e t powinien być rozwój sił fizycznych, a co zatem idzie, sprawność ruchów, ujmująca powierzchowność i nieugięta wola. Zrozumiały one dobrze, że tylko po uzyskaniu takich zalet fizycznych potrafią wyjść zwycięzko z walki o współzawodnictwo z mężczyzną.

Byłoby bardzo pożądane, aby Polki, które najskrajniejszy nawet szowinista zaliczyć musi do rasy najszlachetniejszej, przejęły się w swych zapędach emancypacyjnych zasadami swych zaatlantyckich rówieśniczek.

Niestety u nas bywa inaczej. Cały niemal czas i skromny zasób sił poświęca dziewczę od pierwszych lat młodości ślęczeniu nad książką, przy fortepianie lub nad robótką, w dusznej atmosferze i zgarbionej pozycyi, a pochłonąwszy kilkanaście tuzinów powieści pisarzy modernistycznych, oraz kilka najniepraktyczniejszych przedmiotów szkolnych, mających stanowić podkład do zrozumienia przyszłego, praktycznego życia, wstępuje w „świat“, głosząc krucyatę przeciw płci brzydkiej, nie chcącej uznać wybitnych zalet ducha i ciała rzekomo dojrzałej kobiety.

Jesteśmy stanowczo zwolennikami emancypacyi kobiet, wszelako nie możemy się zgodzić na jednostronne kształcenie ducha z pominięciem fizycznego rozwoju. Nie należy bowiem zapominać, iż kobieta na równorzędnem stanowisku z mężczyzną będzie miała stokroć cięższe od niego zadanie do spełnienia, jako matka i żywicielka. To też powinna przedewszystkiem dorównać mężczyźnie pod względem fizycznym, a wówczas przerzedzą się znacznie szeregi przeciwników emancypacyi, uzasadniających swe stanowisko słuszną poniekąd obawą zupełnego skarłowacenia przyszłych pokoleń.

Należy przeto już w pierwszych latach młodości kłaść podwaliny do przyszłych pięknych a rosłych kształtów ciała. Zdaniem naszem, rodzimy się obdarzeni uśpionemi zaletami ducha i ciała, które należy umiejętnie pielęgnować, a zakwitnie organizm w pełni swego blasku i uroku.

Uprawiajcie więc sporty na wzór mieszkanek drugiej półkuli, abyście przedewszystkiem mogły się poszczycić egzaminem fizycznej doskonałości.

Kobieta, choćby jej twarzyczkę zdobiły najsubtelniej wymodelowane rysy, a z ócz tryskało morze temperamentu, nie zdobędzie palmy piękności, jeśli jej ciało odbiega w nieznacznym nawet stopniu od normalnej budowy niewieściej.

Warunki życia w dobie współczesnej, przesądy i naleciałości niemiłosiernej mody, wytworzyły z kobiety odrębny typ bezkrwistego, bezsilnego i o zmienionych kształtach człowieka. Wątłe ramiona, cienkie nóżki, zapadła klatka piersiowa i nieharmonijnie rozlewne biodra — oto przeważające cechy — przeciętnie wzięte — kobiety dzisiejszej. Dziś coraz więcej „cudownych“ umysłowo dzieci, a coraz mniej fizycznie rozwiniętych okazów. Duchowe piękno, aczkolwiek zaleta bardzo ceniona, mało jeszcze stanowi; ono jest cząstką wymaganych zalet od kobiety, w której pragnie się widzieć postać fizycznie doskonałą, porywającą... A nic łatwiej-

szego, jak warunki tak ponętne osiągnąć. Naturalnie, że należy już w epoce wczesnej zwrócić uwagę na pewne niedokładności budowy ciała, aby rychło położyć tamę postępowi przypadłości i systematycznie zastosowanemi zabiegami ją usunąć. O ile niema się do czynienia z wybitną ułomnością, wymagającą specyalnego, ortopedycznego leczenia, udaje się wyrównanie pewnych braków niemal z reguły przy pomocy sportów i zabaw hygienicznych.

Niemniej wszakże łatwo uzyskać równowagę fizyczną, a nawet harmonijnie piękne kształty ciała w epoce pomłodzieńczej, przy konsekwentnem uprawianiu sportów, nadających się do danych warunków i wieku.

Dla dzieci do lat 5 wystarcza niczem niekrępowany ruch na świeżem powietrzu, w którym nie wolno rozkosznie rozbawionej dziatwie przeszkadzać, albowiem ona lgnie instynktownie do ciągłego uganiania się i skoków, koniecznych do pobudzenia przemiany materyi w rozwijającym się organizmie. Wszelkie ograniczenie swobody w tym kierunku u dziecka mści się fatalnie w najważniejszym okresie rozrostu jego ciała, przy czem cierpi jego usposobienie; niebawem zniknie z jego wesołej twarzyczki uśmiech, a dziecko ogarnie apatya i przygnębienie, jak więźnia po stracie wolności. Wielki już przeto czas, aby rodzice pozbyli się niczem nieusprawiedliwionego konwencyonalizmu, streszczającego się zwykle w słowach „to nieładnie“, gdy dziecko dla dobra swego kieruje się popędem natury. „Nad wiek poważne“ dzieci kryją w sobie znamiona depresyi psychicznej, o ile przyczyną „powagi“ nie jest jakieś schorzenie cielesne. Wówczas dołożyć należy wszelkich starań, celem wyładowania naturalnych odruchów u spokojnego dziecka, co najłatwiej osiągnąć można, wprowadziwszy je w otoczenie wesołych rówieśników.

Od 6 roku życia dozwolone są zabawy hygieniczne, wszelako nie powinny one wysilać zbytnio serca, płuc, ani mięśni rozwijającego się organizmu dziecka, natomiast pamiętać należy przy wyborze tego rodzaju rozrywek o konieczności wyrobienia odwagi i zamiłowania do sportów na przyszłość.

Do tego rodzaju zabaw, łączących w sobie wszelkie postulaty wyżej wzmiankowane, zaliczam w pierwszym rzędzie huśtawkę. Mam tu na myśli huśtawkę na wolnem powietrzu, wprawianą w ruch przez huśtającego się, a nie przez drugą osobę.

Huśtawka była dotąd uważaną za podrzędną zabawkę z wielką szkodą dla tych, którzyby mogli z tego nader zbawiennego, choć prostego przyrządu korzystać. Rozśmiejecie się, miłe czytelniczki, skoro wam powiem, że i u was mogłaby huśtawka rozwinąć wspaniale kształty ciała, sprowadzić zjędrnienie biustu i ściany brzusznej, zaokrąglić ramiona i nóżki, tudzież zmniejszyć rozlewność ciała u zbyt pulchnych kobiet. Na pozór może przesada, a jednak niezawodny środek, nieszkodliwy i... przyjemny.

Ciekawość waszą w przyszłym numerze zaspokoję. *(D. c. n.)*

Sztuka i pornografia.

Sfery artystyczne Wiednia zostały w ostatnich czasach żywo poruszone postępowaniem policji austryackiej, która, wzorując się na słynnem swego czasu niemieckiem „lex Heinze“, nakazała usunięcie z wystaw niektórych obrazów lub reprodukcji takich mistrzów jak: Tycian, Rubens, Velasquez, obrażających rzekomo poczucie moralne. Wiedeńscy handlarze obrazów otrzymali od policji wezwanie, aby usunęli z okien wystawowych reprodukcje obrazów najsłynniejszych mistrzów. Ostracyzm ten dotknął nawet takie firmy, których składy obrazów są prawdziwemi galerjami sztuki, które traktując handel obrazami w sposób poważny, zostały uznane nietylko w Austrji, ale także zagranicą.

Policja wiedeńska rozwinęła tę „moralną“ akcję z niezwykłym pietyzmem dla sztuki, bo oto naprzykład zakazała wystawiania na widok publiczny następujących reprodukcji: „Venus spoczywająca“, „Porwanie córek Leukipposa“, „Pani z futrem“ — Rubensa; „Amore sacro e profano“ — Tycjana; „Venus“ — Giorgione'a; „The toillet of Venus“ — Godwarda; „Sąd Parysa“ — Rubensa; „Danae“ — Tycjana; „Eveil à la vie“ — Debiennea; „La vigne renaissante“ — Malacana, „Lady Godiva“ i wiele innych.

Jako pendant do owej akcji umoralniającej posłuchajmy, co mówi o nagości prof. Stratz — artysta i lekarz zarazem:

„W naszych czasach, kiedy przedstawiciele narodu niemieckiego nie wzdragali się usunąć ze swego otoczenia obrazu prawdy jedynie dla tego, iż była ona nagą, niektórzy łatwo utożsamiają nagość z niemoralnością. Jest to gruby błąd. Nie nagość jest niemoralną, ale oczy widza. Ten jest niemoralny, kto w nagim posągu Venus widzi nie dzieło sztuki, lecz kobietę; kto poddaje się w zupełności wrażeniu zmysłowemu i nie umie się zeń otrząsnąć, przenosząc tym sposobem własną niedoskonałość na przedmiot oglądany. Ubiór nic nie ma wspólnego z moralnością, ale tylko z modą. Obnażanie, przepisane przez modę, nigdy nie bywa odczuwane jako niemoralne.

Tego uczucia dreszczu, który podnosi tak słusznie Goethe,*) tej mieszaniny strachu wobec niezwykłego widoku i pewnego podrażnienia zmysłowego, doświadcza także lekarz przed pierwszą pacjentką i artysta przed pierwszą modelką. Uczucie to jednak znika natychmiast, gdy tylko artysta zaczyna widzieć przed sobą piękno, a lekarz cierpienie; wygasa zaś ono bardzo szybko po przyzwyczajeniu się do nagiego ciała“.

Słuszną tedy uwagę uczyniono policji wiedeńskiej, żeby zamiast wyławiania obrazów słynnych mistrzów

*) Goethe—„Briefe aus der Schweiz“.

pędzla i dłuta, położyła raczej kres rzeczywiście niemoralność szerzącym pocztówkom oraz ogłoszeniom małżeńskim i „korespondencji dyskretnej", zamieszczanej na łamach niektórych dzienników, gdzie „bardzo młoda i ładna panna poszukuje starego i brzydkiego ale bardzo bogatego pana, w celu uprzyjemnienia mu chwil samotnych"...; ażeby zabroniła sprzedaży różnych broszur pornograficznych, które pod pozorem zapobiegania i leczenia (!) chorób wenerycznych, szerzą wśród młodzieży zamiast uświadamiania prawdziwą zgniliznę moralną. Książki te są pisane przez autorów z pod ciemnej gwiazdy, ani z nauką ani z etyką nic wspólnego nie mających, są stekiem najrozmaitszych bredni, czerpanych z fantazji a obliczonych na sensację i pobudzenie nerwów u czytelnika. Celem takich broszur jest sukces materjalny, a środkiem — pornografia. I wówczas, gdy dużo prawdziwie wartościowych dzieł zalega lata całe bezczynnie na półkach księgarskich, aż w końcu idą na makulaturę, cykl takich pomnikowych dzieł jak: „Dziewictwo", „Pierwsza noc poślubna", „Miodowe miesiące" i „Sekretne sposoby małżeńskie" doczekał się już kilkunastu wydań, gdyż broszury te są bezczelnie kolportowane wśród młodzieży płci obojga...

Odpowiedź policji wiedeńskiej brzmiała bardzo charakterystycznie:

„My na to nic nie poradzimy, bo to są książki naukowe, (!) pisane przez profesorów. (!!) *Sapienti sat.*

Argus.

Notatki hygieniczno-kosmetyczne.

Jad tasiemców.

Znanem jest powszechnie zgubne działanie tasiemców (soliterów) na ustrój ludzki. Objawy, pozwalające domyślać się obecności tych pasorzytów w przewodzie pokarmowym, są w ogólności następujące: cera bywa blada, niekiedy ziemista, od czasu do czasu następuje zaczerwienienie skóry twarzy, oczy bywają podsiniałe, źrenice rozszerzone, twarz niekiedy obrzękła, wyraz twarzy smutny, oddech o zapachu kwaskowatym, nieprzyjemnym, język biały po środku, a czerwony po brzegach; apetyt bardzo zmienny, biegunka, łechtanie w gardle, powodujące kaszel suchy i urywany, częste mdłości, wymioty i wreszcie objawy ze strony układu nerwowego: drgawki, bóle i zawroty głowy oraz uporczywy świąd skóry.

Ten świąd skóry (bez wykwitu skórnego) zależnym jest od fermentów, tworzących się w przewodzie pokarmowym i zatruwających ustrój. Fermenty owe wytwarza jad tasiemców. Że tak jest w istocie, dowiodły badania bakterjologów Messineo i Calamida, którzy przeprowadzili w tym kierunku cały szereg doświadczeń, mianowicie: rozcierali z wyjałowioną wodą przekroploną obmyte takąż 40 stopniową wodą tasiemce w moździerzu. Otrzymany ekstrakt około 20 godzin przechowywali przy ciepłocie 45° a następnie przesączali. Przesącz, zastrzyknięty psom, królikom i świnkom morskim, wywoływał objawy zatrucia.

Ponieważ obecność tych pasorzytów w przewodzie pokarmowym doprowadza ustrój nieraz do zupełnego wyniszczenia, a objawy, wyżej opisane, są niekiedy wspólne dla kilku chorób — więc wniosek stąd oczywisty, iż rozpoznanie powinno być stanowczo ustalone, w celu przeprowadzenia właściwego leczenia zaraz od samego początku.

Wypalanie małych brodawek.

Brodawki usuwa się radykalnie elektrolizą. Metoda ta jednak z różnych względów nie dla wszystkich jest dostępną.

Osobom, nie mogącym zwrócić się do lekarza specjalisty, celem poddania się operacji, zaleca się pendzlowanie 3 razy dziennie brodawek *paraformem* (*trioxymetylen*) podług przepisu następującego:

Rp.

Trioxymetyleni 1,0

Collodii 9,0

MDS. Do pendzlowania.

Już po 3--6 dniach zwykle znikają małe brodawki.

Nowy środek przeciw nadmiernemu poceniu się.

Jest nim *lenicet* (octan glinki) w kształcie śnieżnobiałego proszku, nierozpuszczalnego i nietrującego. Stosuje się go zewnętrznie zazwyczaj z talkiem. Już po kilku dniach ustaje skłonność do nadmiernego pocenia się i zarazem znika nieprzyjemna woń potu. Nieprzyjemnych lub ubocznych skutków od stosowania tego preparatu nie zauważono. Cena preparatu jest dość umiarkowaną.

Rheumasanum.

Jestto wprawdzie już nie nowy, bo od 2 lat wprowadzony do lecznictwa preparat przeciw reumatyzmowi — lecz względnie mało stosowany, a tymczasem zasługuje na uwagę, zwłaszcza w tych przypadkach, gdzie salicylan sodu (natrium salicylicum) —

ten uniwersalny specyfik — nie może być stosowany dla tych lub innych powodów.

Rheumasanum jestto przetłuszczone mydło, zawierające 10% wolnego kwasu salicylowego. Preparat ten ma przyjemny zapach, jest bardzo trwały i wchłania się z łatwością przez skórę, wskutek czego tą drogą przedostaje się do ustroju kwas salicylowy i działa skuteczniej, niż gdyby był użyty wewnętrznie. Preparat ten był niejednokrotnie przez wielu lekarzy badany i zalecany jako specyfik w cierpieniach reumatycznych, artretycznych i różnego rodzaju nerwobólach.

Rheumasanum stosuje się w ten sposób, że 5—10,0 smaruje się cienką warstwą na chorych miejscach i następnie pokrywa cienką warstwą waty. Opatrunek taki powinien leżeć 10—12 godzin, poczem zdejmuje się go i po obmyciu nakłada na nowo.

Mydło, zapobiegające zatruciu przetworami ołowiu, rtęci etc.

Jestto płynne mydło potasowe, przesycone siarczkiem wodoru. Po umyciu naprz. rąk takiem mydłem — osoba, mająca do czynienia ze szkodliwemi przetworami metalicznemi, poznaje po czarnem zabarwieniu (skutkiem tworzenia się siarczków metali) potrzebę dokładnego usunięcia trucizny przez staranne umycie.

To samo bywa u osób, stosujących jednocześnie mydła siarczane i kosmetyki o nieznanym składzie chemicznym (naprz. przy użyciu pudrów z zawartością metali, różnych płynów przeciwpiegowych, zawierających sublimat, bielideł etc.). En passant zaznaczę tu również, iż nie należy używać — ze względów kosmetycznych — do mycia twarzy ani mydeł dziegciowych, ani siarczano-dziegciowych, gdyż następstwem tego bywają t. zw. czarne punkciki, tworzące się wskutek zabarwienia ujść gruczołów łojowych.

Dr. L. S.

Przepisy na różne środki, zastępujące specyfiki.

Krem „Cléo de Mérode“.

Rp.

Paraffini 6,0
Cerae albae 3,0
Boracis pulv. 0,75
Ol. Amygd. dulc. 30,0
Aquae rosarum 20,0
Ol. odorati q. s.

„Aromatic Ozonizer“.

(Woda leśna aromatyczna).

Rp.

Olei Pini 10,0
„ Eucalypt. 5,0
„ Lavand. 25,0
Spiritus vini 500,0

Pigułki flatulinowe Dr. Rossa.

(Poprawiające apetyt i trawienie).

Rp.

Magnesiae carbon.
Natri bicarbon.
Radicis Rhei pulv. ā 1,5
Ol. Menthae
Ol. Carvi
Ol. Foeniculi ā gtt. III
Mfpill. № 30.

Lait virginal à la rose.

(Mleko panieńskie różane do rąk).

Rp.

Tinct. bals. tolut. 1,5
Aquae rosarum 100,0

J. S-ki.

Odpowiedzi Redakcji.

Masażystce. 1) Krem do masowania twarzy podług przepisu następującego:

Rp.

Acidi borici subt. pulv. 5,0
Acidi salicylici 0,25
Tere cum Ol. amygd. opt. q. s.
Mitini 60,0

MDS.

2) W numerze dzisiejszym. 3) Preparat bezwartościowy. 4) W dziale ogłoszeniowym.

Szatynce. 1) Raz na tydzień. 2) Prądem elektrycznym. 3) W numerze dzisiejszym. 4) Preparat bardzo skuteczny. 5) W dziale ogłoszeniowym. 6) Adresów lekarzy nie podajemy. 7) Zamieścimy w jednym z najbliższych numerów.

P. Antoninie. R. Maść podług przepisu następującego:

Rp.

Lanolini anhydr. 25,0
Vaselini fl. amer. 10,0
Ceresini 0,5
Aquae dest. 5,0
Thigenoli 1,0

Przed spaniem lekko wetrzeć i na twarzy przez noc zostawić. 2) W numerze dzisiejszym. 3) Raz na 2—3 tygodnie.

30 letniej. 1) Pigułki „Pink“ zawierają arszenik, żelazo, wodę, cukier i różne wyciągi roślinne. 2) W numerze dzisiejszym. 3) Preparat bezwartościowy. 4) Radykalnie tylko prądem elektrycznym. 5) Mydło neutralne.

Dorastającej. 1) Mydło tymolowe nie jest szkodliwe, lecz u Sz. Pani nie da się ono zastosować. 2) Faradyzacja włosów. 3) Raz na tydzień. 4) Poradzi tylko lekarz domowy.

Bella. 1) Przyczyną przedwczesnego siwienia włosów u Sz. Pani jest *anemia;* należy organizm pokrzepić środkami wzmacniającemi (żelazo lub arszenik podług wskazówek lekarza domowego); nie radzimy używać farby do włosów, gdyż, po doprowadzeniu ustroju do równowagi fizyologicznej, włosy odzyskają swój kolor pierwotny.

2) *Boroxyl i Zincum Perhydrol Mercka.*

Prenumeratorce. 1) Nieszkodliwy, lecz mało skuteczny. 2) *Kaloderma.* 3) *Litina.*

P. P. O. 1) Musi być dokładnie zbadaną przyczyna wypadania brwi i rzęs. 2) *Zincum Perhydrol Mercka.*

P. Bielskiej. 1) Z zadowoleniem czytaliśmy list Sz. Pani i cieszymy się, że w tak krótkim czasie dzięki „Kosmetyce“ uzyskała Pani ładną cerę. Za wyrazy uznania serdecznie dziękujemy. 2) W numerze dzisiejszym. 3) Raz na 2—3 tygodnie.

P. Lilly. 1) Faradyzacja włosów. 2) W numerze dzisiejszym. 3) Raz na 2—3 tygodnie. 4) Zawiera ołów—szkodliwe. 5) Zawiera sublimat—szkodliwe. 6) Woda utleniona wybiela włosy.

Niemłodej. 1) Ani woda kolońska, ani ocet toaletowy nie są u Sz. Pani wskazane. 2) W numerze dzisiejszym. 3) Farba ta zawiera ołów — szkodliwa. 4) Zawiera lapis.

P. D-skiej. 1) Raz na 2—3 tygodnie. 2) Bez mydła. 3) Krem mitinowy, 4) Adresów lekarzy nie podajemy — w dziale ogłoszeniowym.

P. Annie B. 1) W dziale ogłoszeniowym. 2) W numerze dzisiejszym. 3) *Zincum Perhydrol Mercka.* 4) Zawiera ołów.

Litwinowi-wieśniakowi. 1) O ile z opisu wywnioskować można, jestto t. zw. *sycosis* (figówka). Chorób tego rodzaju listownie leczyć nie można; należy bezwarunkowo zasięgnąć porady lekarza-specjalisty (dermatologa). 2) Środek bezwartościowy.

P. Halinie C-skiej. 1) W numerze dzisiejszym. 2) Środek mało skuteczny. 3) Zawiera wodę utlenioną. 4) Nieszkodliwy, bo zawiera tylko... wodę zaperfumowaną.

Od Administracji.

Z powodu kończącego się kwartału uprzejmie prosimy Sz. Prenumeratorów o wczesne nadsyłanie przedpłaty na czas dalszy, od tego bowiem zależy prawidłowa ekspedycja pisma.

NADESŁANE.

Kosmetyczne przetwory Mitinowe

D-ra Jessner'a z Królewca.

Mitinum purum — „fizyologiczny" podkład do maści — zawierający czysty tłuszcz emulsjowany i znaczną ilość cieczy surowiczej — najdelikatniejsza massa do maści.

Krem Mitinowy — Mitin crême — wciera się znakomicie, nie pozostawia śladów tłuszczu — skóra chropowata przybiera wygląd delikatny — szczególnie zalecany dla bardzo wrażliwej skóry.— Krem mitinowy posiada bardzo przyjemny zapach.

Pasta Mitinowa — krem o stalszej konsystencji o barwie skóry, przywraca normalne cechy skórze tłustej, wilgotnej i błyszczącej — nadto czyni niewrażliwą skórę, skłonną do zapalenia.

Mydło Mitinowe — przetłuszczone z zawartością 10% mitiny — znosi je doskonale najwrażliwsza skóra, mydło o nadzwyczaj przyjemnym zapachu — nadaje piękną i delikatną cerę.

Puder mitinowy tłusty zawiera 20% mitiny — nadaje skórze delikatny wygląd, przytłumia błyszczenie, bez wysuszania skóry, zabezpiecza od wpływu ostrego powietrza — jako też wilgotnego — posiada piękny zapach i bywa w kolorach — różowym, rachel i białym.

Proszek Mitinowy dla dzieci — usuwa znakomicie zaczerwienienie i wilgotność skóry — nadaje się doskonale do przysypywania dla dzieci.

Krem mitinowy zabezpieczający od promieni słońca (Lichtmitin) zawiera chininę, nadtlenek wodoru i mitinę — zabezpiecza od obrażeń świetlnych, **od piegów i prażenia słonecznego**, wciera się zrana i w południe w skórę twarzy i rąk.

Krem mitinowy od odmrożenia (Frostmitin) zawiera ichthyol, balsam peruwiański, olejek terpentynowy i t. d. zabezpiecza od bąbli zaczerwienienia skóry, —wcierać należy zrana, na noc zakłada się opatrunek.

Perhydrol Mundwasser podług Prof. D-ra Med. Körnera z Halle — zawiera 3% najczystszego dwutlenku wodoru Merka (H_2O_2) z odpowiednią ilością najczystszego olejku miętowego Mitsham. Zaleca się jako bezwarunkowo najpewniejszy środek antyseptyczny do płukania ust po każdorazowem jedzeniu — jak również zrana po uprzedniem wyczyszczeniu mechanicznem zębów pastą lub też proszkiem. W handlu znajduje się w praktycznem opakowaniu z aluminiowemi kieliszkami z nacięciem, wskazującem ilość perhydrolu, służącą do jednorazowego płukania jamy ustnej — pierwsza sztrycha na kieliszku (linja) wskazuje ilość wyłącznie perhydrolu — następna zaś — ilość wody dolanej do perhydrolu i mającej służyć do jednorazowego przepłukania ust.

Preparaty te wyrabia tylko

Chemiczna Fabryka **Krewel i S-ka w Kolonji nad Renem.** Reprezentant na Królestwo Polskie i Litwę **S. Rosciszewski, Bracka 6.**

Hurtowa sprzedaż: Tow. Akc. Ludwik Spiess i Syn i Tow. Akc. Henryk Welt, Warszawa.

Detaliczna: we wszystkich aptekach, składach aptecznych i perfumerjach.

Lecznica lekarsko-kosmetyczna

D-ra L. LUSTRA

SPECJALISTY

lekarskiej kosmetyki i chorób włosów.

Kraków, Florjańska 1.37.

Wszelkie podrzędne procedury, nie należące do zakresu działań lekarskich, wykluczone.

TRICHOBION

od łupieżu i wypadania włosów, zalecany przez **D-ra Lustra**, Skład w Laboratorjum **Klimeckiego i S-ka, Warszawa, Niecała 5, Telefon 3374.**

Towarzystwo Akcyjne

„St. Petersburskie Laboratorjum Chemiczne"

(założone w roku 1860)

Izmajłowski prosp. № 27.

Paryż 1900. ZŁOTE MEDALE N. Nowogród 1896.

WODA KOLOŃSKA podwójna.

WODA KOLOŃSKA potrójna.

WODA KOLOŃSKA № 4 (Ekstrakt)

w gatunku nie ustępujące wyrobom zagranicznym.

DO NABYCIA WSZĘDZIE.



Ze względu na często powtarzające się podrabiania, Towarzystwo „**St.-Petersburskie Laboratorjum Chemiczne**" uprasza o zwrócenie szczególnej uwagi na nazwę firmy, składającą się **tylko z trzech wyrazów**: *„St.-Petersburskie Laboratorjum Chemiczne"*, oraz **marki** Towarzystwa z wizerunkiem pomnika **Cesarza Piotra Wielkiego**, znajdującego się w Petersburgu na placu Senatskim.

SRODKI do ZĘBÓW

ELIKSIR, PROSZEK i PASTA

Ojców BENEDYKTYNÓW

Opactwa SOULAC



MODEL FLAKONU

WAŻNA UWAGA:

Flakony eliksiru Benedyktynów nie opatrzone plombą komory celnej rossyjskiej powinny być uważane za podrobione.



Redaktor i Wydawca Dr. H. Zamenhof.

Druk J. Kamińskiego, Nowy-Świat 48, Telefon 36.46.